

<11月 うつ病リワークプログラム(離職者コース／復職者コース)>

月		火		水		木		金		土
離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	復職者コース
						1		2		3
AM	心理士 プログラム その他	レビュー ミーティング	心理教育	行動記録表 個別面談		トータルコミュニ ケーション	グループワーク	合同プログラム 新聞発表		祝日
PM	自習 個別面談	◎ヨガ		◎ボディメンテナンス		読解力・自習	ボディスキャン	合同プログラム MCT(帰属)		
5		6		7		8		9		10
AM	心理士 プログラム 気功	OTプログラム (自己表現)	心理教育	行動記録表 個別面談		CBT (認知行動療法)	グループワーク	合同プログラム トークエクササイズ		グループワーク
PM	自習 個別面談	◎ヨガ		◎ボディメンテナンス		自習	ボディスキャン	合同プログラム MCT(共感すること)		フリー
12		13		14		15		16		17
AM	心理士 プログラム その他	セルフヘルプ グループ	心理教育	行動記録表 個別面談		一分間スピーチ	グループワーク	合同プログラム 鍼灸師による講和		グループワーク
PM	自習 個別面談	◎内田先生ヨーガ		◎ボディメンテナンス		個人ワーク	ボディスキャン	合同プログラム MCT(自尊心)		フリー
19		20		21		22		23		24
AM	心理士 プログラム 気功	SST	心理教育	行動記録表 個別面談		CBT (認知行動療法)	グループワーク	祝日		グループワーク
PM	自習 個別面談	◎ヨガ		◎ボディーケア		GT・自習	ボディスキャン			フリー
26		27		28		29		30		
AM	心理士 プログラム その他	コンセンサス	個別面談	行動記録表 個別面談		OTプログラム 作業活動		ペアワーク		
PM	自習 個別面談	◎ヨガ		◎ボディーケア		レビュー ミーティング		キャリアカウンセリング		

お知らせ

- ・◎印のプログラムは一般デイケアと合同で実施します。運動プログラムですので着替えをお持ちください。
- ・新聞発表のプログラムの際には、各自で新聞記事を用意しての参加をお願いします。極端に思想的な内容は控えてください。